

C. FUENLLANA INFANTIL 2 AÑOS

Septiembre - 2023

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

1 482 Kcal. P.: 20 HC.: 47 L.: 31 G.: 5

CREMA DE VERDURAS
VEGETABLE CREAM
MERLUZA REBOZADA
BREADED HAKE FISH
LECHUGA Y TOMATE
LETTUCE AND TOMATO
FRUTA
FRUIT

AQUÍ
SE COCINA
100% CON
ACEITE
DE OLIVA

aprendeacomersano.org

STOP FOOD WASTE
Program

skoolarest

¡CONVIÉRTETE
EN SU GUARDIÁN!

FISH
REVOLUTION

SABOREANDO
LOS
MARES

GROW
FOOD
BANKS

4 690 Kcal. P.: 27 HC.: 28 L.: 43 G.: 9

CREMA DE ZANAHORIA Y CALABAZA
CREAM OF CARROT AND PUMPKIN
POLLO EN SALSA
CHICKEN IN SAUCE
PATATAS DADO
DICED POTATOES
FRUTA
FRUIT

5 677 Kcal. P.: 21 HC.: 49 L.: 28 G.: 6

CODITOS DE PASTA CON SALSA DE TOMATE
PASTA WITH TOMATO SAUCE
FILETE DE ABADEJO AL HORNO
BAKED FISH FILLET
LECHUGA Y MAÍZ
LETTUCE AND SWEETCORN
YOGUR
YOGHURT

6 680 Kcal. P.: 12 HC.: 44 L.: 40 G.: 6

CREMA DE LEGUMBRES (LENTEJAS)
CREAM OF LEGUME (LENTILS) SOUP
CROQUETAS ARTESANAS DE POLLO
HOME-STYLE CHICKEN CROQUETTES
LECHUGA Y TOMATE
LETTUCE AND TOMATO
FRUTA
FRUIT

7 674 Kcal. P.: 14 HC.: 46 L.: 39 G.: 9

ARROZ CON TOMATE
RICE WITH TOMATO SAUCE
TORTILLA DE JAMÓN YORK
HAM OMELETTE
LECHUGA Y ZANAHORIA RALLADA
LETTUCE AND SHREDDED CARROT
YOGUR
YOGHURT

8

FESTIVO

11 766 Kcal. P.: 17 HC.: 44 L.: 37 G.: 6

CODITOS A LA NAPOLITANA
NAPOLITANA STYLE PASTA
GALLO SAN PEDRO CON REBOZADO CASERO
FISH WITH HOMEMADE BATTER
LECHUGA Y PEPINO
LETTUCE AND CUCUMBER
FRUTA
FRUIT

12 662 Kcal. P.: 16 HC.: 33 L.: 47 G.: 10

CREMA DE LEGUMBRES (ALUBIAS)
CREAM OF LEGUME (BEANS) SOUP
TORTILLA DE PATATAS
SPANISH OMELETTE
LECHUGA Y REMOLACHA
LETTUCE AND BEETROOT
YOGUR
YOGHURT

13 739 Kcal. P.: 12 HC.: 47 L.: 39 G.: 12

ARROZ BLANCO
WHITE RICE
LOMO DE CERDO AL HORNO
BAKED PORK LOIN
ENSALADA DE LECHUGA Y TOMATE
LETTUCE AND TOMATO SALAD
FRUTA
FRUIT

14 611 Kcal. P.: 21 HC.: 39 L.: 39 G.: 13

SOPA DE COCIDO
TRADITIONAL SPANISH 'COCIDO' STEW WITH CHICKEN
AND VEGETABLES
POLLO ASADO
ROAST CHICKEN
PATATA COCIDA
BOILED POTATOES
HELADO
ICE CREAM

15 598 Kcal. P.: 14 HC.: 37 L.: 46 G.: 14

CREMA DUBARRY (CREMA DE COUFILOR Y PATATA)
DUBARRY CREAM (CAULIFLOWER AND POTATO
CREAM)
ALBÓNDIGAS EN SALSA
MEATBALLS WITH SAUCE
PATATAS DADO
DICED POTATOES
FRUTA
FRUIT

18 538 Kcal. P.: 22 HC.: 41 L.: 35 G.: 9

SOPA DE AVE CON PASTA
CHICKEN PASTA SOUP
POLLO AL LIMÓN
LEMON CHICKEN
TOMATE Y ZANAHORIA
TOMATO AND CARROT
FRUTA
FRUIT

19 621 Kcal. P.: 19 HC.: 30 L.: 48 G.: 15

CREMA DE LEGUMBRES (LENTEJAS)
CREAM OF LEGUME (LENTILS) SOUP
HAMBURGUESA MIXTA A LA PLANCHA
GRILLED MIXTE BURGER
ENSALADA VERDE
GREEN SALAD
YOGUR
YOGHURT

20 688 Kcal. P.: 15 HC.: 47 L.: 36 G.: 7

ARROZ EN PAELLA CON POLLO
PAELLA WITH CHICKEN
TORTILLA FRANCESA CON PAVO
PLAIN OMELETTE WITH TURKEY
LECHUGA Y TOMATE
LETTUCE AND TOMATO
FRUTA
FRUIT

21 690 Kcal. P.: 17 HC.: 47 L.: 35 G.: 10

MACARRONES A LA NAPOLITANA
NAPOLITANA STYLE MACARONI
FILETE DE MERLUZA AL HORNO
BAKED HAKE FILLET
ENSALADA VERDE
GREEN SALAD
HELADO
ICE CREAM

22 637 Kcal. P.: 14 HC.: 27 L.: 57 G.: 18

CREMA DE VERDURA TRICOLOR (CON ZANAHORIA,
BRÓCOLI Y PATATA)
CREAM OF TRICOLOR VEGETABLES SOUP
CINTA DE LOMO A LA PLANCHA
GRILLED PORK LOIN SLICES
LECHUGA Y TOMATE
LETTUCE AND TOMATO
FRUTA
FRUIT

25 790 Kcal. P.: 14 HC.: 47 L.: 37 G.: 10

FIDEUÁ CON TOMATE
FIDEUA WITH TOMATO
ALBÓNDIGAS EN SALSA
MEATBALLS WITH SAUCE
PURÉ DE PATATAS
MASHED POTATOES
FRUTA
FRUIT

26 550 Kcal. P.: 20 HC.: 38 L.: 38 G.: 10

CREMA DE LEGUMBRES (ALUBIAS)
CREAM OF LEGUME (BEANS) SOUP
TORTILLA FRANCESA
FRENCH OMELETTE
PATATAS DADO
DICED POTATOES
YOGUR
YOGHURT

27 712 Kcal. P.: 14 HC.: 51 L.: 33 G.: 5

ARROZ CON TOMATE
RICE WITH TOMATO SAUCE
FILETE DE MERLUZA REBOZADA
BATTERED HAKE FILLET
LECHUGA Y MAÍZ
LETTUCE AND SWEETCORN
FRUTA
FRUIT

28 514 Kcal. P.: 20 HC.: 42 L.: 36 G.: 15

SOPA DE COCIDO
TRADITIONAL SPANISH 'COCIDO' STEW WITH CHICKEN
AND VEGETABLES
TERNERA EN SU JUGO
VEAL IN SAUCE
HELADO
ICE CREAM

29 509 Kcal. P.: 17 HC.: 39 L.: 41 G.: 7

CREMA DE CALABACÍN
CREAM OF COURGETTE SOUP
HAMBURGUESA DE PAVO A LA PLANCHA
GRILLED TURKEY BURGER
LECHUGA Y MAÍZ
LETTUCE AND SWEETCORN
FRUTA
FRUIT

NOTAS: Leyenda: Kcal.: Kilocalorías (Energía) / P: Proteínas/ H: Hidratos de Carbono / L: Lípidos / G: ácidos Grasos saturados. Valores de nutrientes expresados en % sobre energía total. Aportes calóricos teóricos calculados para niños/as de 6 a 9 años. Nuestros menús incluyen PAN BLANCO E INTEGRAL y la bebida será AGUA.

SCOLAREST

*Alimentación
saludable y
sostenible*

COMPASS
GROUP | Scolarest

AQUÍ SE COCINA 100% CON ACEITE DE OLIVA

SI HEMOS COMIDO:

CEREALES, FÉCULAS
O LEGUMBRES

VERDURAS

CARNE

PESCADO

HUEVO

FRUTA

LÁCTEOS

PODEMOS CENAR:

HORTALIZAS CRUDAS
O LEGUMBRES COCIDAS

CEREALES O FÉCULAS

PESCADO O HUEVO

CARNE MAGRA O HUEVO

PESCADO O CARNE MAGRA

LÁCTEOS O FRUTA

FRUTA

DESDE EL INICIO DEL CURSO ESCOLAR 2021-2022 COCINAMOS TODOS NUESTROS MENÚS EXCLUSIVAMENTE CON ACEITES DE OLIVA, REFORZANDO NUESTRO COMPROMISO DE FAVORECER EL BIENESTAR DE TU FAMILIA A TRAVÉS DE UNA ALIMENTACIÓN SALUDABLE Y SOSTENIBLE.

Notas:

Empresa adherida al PLAN de colaboración para la mejora de la composición de los alimentos y bebidas y otras medidas 2020

En caso de alergias o intolerancias procurar mantener una buena alimentación sustituyendo los alimentos no tolerados por otros dentro de la misma familia.

Nuestra empresa somete a congelación el pescado que vaya a ser consumido crudo o poco hecho, según establece el RD 1420/2006. Según lo establecido en el RE 1169/2011, la cocina dispone de información sobre el contenido en alérgenos de los menús elaborados.

COMPASS
GROUP | Scolarest